

راهنمای آموزش مهارت‌های مقابله با: و آسیب‌های اجتماعی ویژه دانش‌آموزان دوره اول متوسطه

تالیف و گردآوری:

سعیده شکیایی

طیبه شکیایی

محترم ماهی

سال تحصیلی ۹۳-۹۲



اداره کل آموزش و پرورش شهرستان
سلیمان تهرانی و همکاران
اداره تربیت و پرورش اجتماعی



توسعه و تحقیقات آموزشی
موسسه تحقیقات و توسعه



سرشناسه :

شکيباي، سعيد، ۱۳۵۶ -

عنوان و نام پديدآور :

راهنماي آموزش مهارت هاي مقابله با اعتياد و آسيب هاي اجتماعي

(ويژه دوره اول متوسطه) / مولف: سعيد، شکيباي، طيبه شکيباي، محترم ماهي، نظارت و اجرا: اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران، معاونت تربيت بدني و سلامت، اداره مراقبت در برابر آسيب هاي اجتماعي، برنامه ريزي علمي: قاسم منوچهري.

مشخصات نشر :

تهران: ما و شما، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهري :

۷۲ ص:، مصور، جدول.

شابک :

۹۷۸-۹۶۴-۸۸۷۵-۹۱-۱

وضعيت فهرست نويسي :

فيا

موضوع :

شاگردان - ايران - راهنماي مهارت هاي زندگي - راهنماي آموزش (متوسطه)

موضوع :

شاگردان - ايران - راهنماي مهارت هاي زندگي - راهنماي آموزش (متوسطه)

شناسه افزوده :

شکيباي، طيبه، ۱۳۵۲-

شناسه افزوده :

ماهي، محترم، ۱۳۴۰-

شناسه افزوده :

ايران، وزارت آموزش و پرورش، اداره کل آموزش و پرورش

استان تهران، اداره مراقبت در برابر آسيب هاي اجتماعي.

رده بندي کنگره :

LB۳۶۰۷ / ش ۸۳۱۳۲۲

رده بندي ديويي :

۳۷۱/۸۹۰۹۵۵

شماره کتابشناسي ملي :

۳۳۶۳۷۹۳



انتشارات ما و شما

آدرس : تهران، گيشا، جنب پاساژ نصر، خيابان فاضل شمالي

تلفن: ۸۸۲۷۰۷۹۱

کوچه فرزین، پلاک ۳

نام کتاب :

راهنماي آموزش مهارت هاي مقابله اي با اعتياد و آسيب هاي اجتماعي

(ويژه دانش آموزان دوره اول متوسطه)

تأليف و گرد آوري :

سعيد، شکيباي، طيبه شکيباي، محترم ماهي

برنامه ريزي علمي :

قاسم منوچهري

نظارت و اجرا :

اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران

معاونت تربيت بدني و سلامت

اداره مراقبت در برابر آسيب هاي اجتماعي

چاپ و صحافي :

ما و شما

طراح و صفحه آرا :

امير فراهاني

نوبت چاپ :

اول - ۱۳۹۲

تيراژ:

۱۰۰۰ جلد

قيمت :

۴۰۰۰ تومان

شابک :

۹۷۸-۹۶۴-۸۸۷۵-۹۱-۱

شماره تماس اداره مراقبت در برابر آسيب هاي اجتماعي آموزش و پرورش شهر تهران:

شماره سامانه پيامکي : ۳۰۰۰۲۵۸۸۹۵۰۶۴۲

۸۸۹۵۰۶۴۲

Email : royayeno@yahoo.com

پست الكترونيك مولف :

كليہ حقوق مادي و معنوي اين اثر متعلق به مولفين مي باشد

۱۰

۱۴

۱۹

۲۰

۲۱

۲۱

۲۵

۲۸

۳۰

۳۵

۴۱

۴۷

۵۵

۵۸

۶۰

۶۴

۶۵

۶۶

۶۸

۶۹

مقدمه

فصل اول

مباحث مقدماتی آموزش مهارت های زندگی

ضرورت آموزش مهارت های زندگی برای نوجوانان

نحوه تاثیر آموزش مهارت های زندگی

زیر ساخت نظری آموزش مهارت های زندگی

تکنیک های آموزش فعال مهارت های زندگی

راهنمای عملی برگزاری کارگاه آموزش مهارت های زندگی

فصل دوم

راهنمای آموزش مهارت های مقابله با اعتیاد و آسیب های اجتماعی

درس اول: رخصتی آموزش معاشرت های صحیح اجتماعی

درس دوم: راهنمای آموزش مهارت تفکر انتقادی

درس سوم: راهنمای آموزش مهارت حل مسأله و تصمیم گیری

درس چهارم: راهنمای آموزش مهارت کنترل هیجان

درس پنجم: راهنمای آموزش رفتارهای پر خطر

فصل سوم

مهارت های کاربرک های مهارت های مقابله با اعتیاد و آسیب های اجتماعی

کاربرک شماره ۱ (ویژه دانش آموز): دوستان من چه کسانی هستند؟ چه کسانی را به عنوان دوست انتخاب می کنم

کاربرک شماره ۲ (ویژه دانش آموز): چگونه اطلاعات درست و نادرست را از هم تشخیص دهیم؟

کاربرک شماره ۳ (ویژه دانش آموز): چگونه برای حل مشکلاتم تصمیم گیری کنم؟

کاربرک شماره ۴ (ویژه دانش آموز): چگونه هیجان خود را کنترل کنم؟

کاربرک شماره ۵ (ویژه دانش آموز): چگونه رفتارهای پر خطر را شناسایی کنم؟

کاربرک شماره ۶ (ویژه دانش آموز): چگونه از خودم مراقبت کنم؟

مقدمه

سخنی با مخاطبان عزیز

در دورانی زندگی می‌کنیم که سن‌آشنایی نوجوانان با رفتارهای پرخطر (گرایش به دخانیات، سوء مصرف مواد، خشونت و ارتباط با جنس مخالف) پایین تراز سطح انتظار رفته است. نوجوانان در این دوران با مسایلی آشنا می‌شوند که در دهه قبل در همین سن به ذهن نوجوانان خطور نمی‌کرد یا دامنه‌آشنایی آنها با این مسایل این قدر گسترده نبود. نوجوانان از اینترنت، موبایل، ماهواره و... استفاده می‌کنند و دامنه اطلاعات آنها در مورد هر چیزی که بخواهند به راحتی گسترش می‌یابد. این در حالی است که ادراک و رشد روانی نوجوانان نیز از سطح خود بالاتر رفته و درک اجتماعی آنها بیشتر از سن آنها شده است. بنابراین کنجکاوی آنها نسبت به مسایل اطرافشان بیشتر و قدرت ریسک و جسارت آنها در امتحان و بکارگیری چیزهای جدید بالاتر رفته است.

در این میان مدرسه، به عنوان خانه دوم دانش‌آموزانی است که فقط به کلاس و درس فکر نمی‌کنند آنها کنجکاوند که بدانند در دنیای بیرون چه می‌گذرد و تشنه تکنولوژی، نوآوری و به روز بودن هستند. کار کردن با این نوجوانان مستلزم آن است که پا به پای آنها حرکت کنیم و رشد کنیم تا بتوانیم در مواقع لازم به آنها کمک کنیم در عین حال، آنها

نیاز دارند که به کسی اعتماد کنند و از مریبان انتظار دارند که به آنها یاد دهند که چطور با این دوران پر چالش مواجه شوند و این بهترین فرصت است که شما تاثیرات عمیقی بر روی دانش آموزان خود بگذارید.

یادگیری آموزش مهارت های زندگی به شما کمک می کند که این نیاز را برآورده کنید. شما مدرس عزیز نقش مهمی در کمک به دانش آموزان خود در پرورش مهارت های آنان دارید و در پرورش روحیه اجتماعی شدن، ایجاد گروه های دوستی سالم، تقویت مهارت جرات مندی، مسئولیت پذیری و تصمیم گیری در دانش آموزان کمک بزرگی هستید و می توانید این کار را با برنامه ریزی فعالیت های فوق برنامه در مدرسه گسترش دهید. بنابراین لازم است نقش خود را در پرورش دانش آموزان بسیار مهم بدانید و تلاش خود را در مدرسه بیشتر کنید.

با استفاده از راهکارها و تمرین های ارائه شده در این متن، بانحوه آموزش مهارت بین فردی، تفکر انتقادی، تصمیم گیری و حل مساله و رفتارهای پرخطر آشنا می شوید. در عین حال که آموزش مهارت های زندگی به قدری ساده شده است که متناسب با سن نوجوان و قابل استفاده برای مشکلات فعلی آنان باشد و آنها را با مسایل پر خطر اطرافشان آشنا کرده و قدرت آنها را در مواجهه با مسایل پرخطر افزایش دهد. ما می توانیم امیدوار باشیم توانایی مقابله با رفتارهای پر خطر را در دانش آموزان خود افزایش داده و آنها را در برابر مشکلات احتمالی واکنش مناسب کنیم و نگران انحراف آنها نباشیم.

سعیده شکیبایی

آذر ۹۲

فصل اول مباحث مقدماتی مهارت های زندگی

ضرورت آموزش مهارت های زندگی برای نوجوانان
نحوه تاثیر آموزش مهارت های زندگی
زیر ساخت نظری آموزش مهارت های زندگی
تکنیک های آموزش فعال مهارت های زندگی
راهنمای عملی برگزاری کارگاه آموزش مهارت های زندگی
۱- تعریف مهارت های زندگی
۲- معرفی اعضای گروه
۳- آشنایی با قوانین مدرسه

www.ketaboo.com

